



Mięciutki indyk z granatem

Autor: najlepszewkuchni.pl

Pyszne, zdrowe, rozpuływające się w ustach mięso z indyka podane ze słodkim sosem z granatu. To prawdziwy raj dla podniebienia.

Danie: **Obiad,**

Osób: **4**

Czas: **Do 1h**

Poziom trudności: **Średnie**

Przygotowanie

Krok 1

Mięso dokładnie myjemy i osuszamy, a następnie dzielimy na porcje i rozbijamy. Przyprawiamy, a następnie panierujemy w jajku i orzechach. Smażymy na złoty kolor.

Krok 2

Przygotowujemy sos: dodajemy do wina drobno posiekaną cebulę, czosnek oraz cukier i miód. Całość lekko podgrzewamy, aby płyn zredukował się o połowę. Połowę ziaren od granatu blendujemy i dodajemy do sosu. W razie potrzeby zagęszczamy.

Krok 3

Filet podajemy z sosem granatowym i dodatkowymi ziarnami granatu. Dekorujemy czarnymi oliwkami.

Składniki:

- 1 filet z indyka
- 1/2 szklanki posiekanej mieszanki orzechów
- 1 łyżka mąki
- 1 jajko
- 1 łyżeczka soli
- 3 łyżki oleju

Sos:

- 1 dojrzały granat
- ½ szklanki czerwonego wina
- 1 cebula
- 1 ząbek czosnku
- 2 łyżki cukru
- 1/2 łyżki miodu
- 40 ml wody
- 1 łyżeczka mąki ziemniaczanej
- ½ łyżeczki pieprzu
- garść czarnych oliwek